



GASTRONOMÍA



Pan, uvas y queso, saben a beso

PAN, UVAS Y QUESO, estrellas en la gastronomía de Castilla-La Mancha. Tres ingredientes básicos de una cocina regional con orígenes sencillos y sólida herencia tradicional, que hoy degustarás evolucionada y reconocida en comedores destacados por su modernidad y vanguardia. Una cocina sana, equilibrada, nutritiva y sugerente que se alimenta de unas tierras pródigas y generosas en sus productos. Ven a disfrutar este festín, cuyas recetas y manteles están **esperándote para enamorarte.**

Aceite de oliva, miel de la Alcarria, azafrán, vino y queso manchego.



LA «BIBLIA» DE LA COCINA CASTELLANOMANCHEGA

Las páginas de *El Quijote* son la «biblia» de la cocina castellanomanchega. Aparecen referencias a más de ciento cincuenta formas diferentes de preparar alimentos. En casi todos sus capítulos se menciona algún acto gastronómico o situación relacionada con la cocina: salpicón, duelos y quebrantos, lentejas, palominos, albondiguillas, conejo fiambre, lechones tiernos y cocidos, olla podrida, canutillos, carne de membrillo, frutas de sartén... y el fabuloso banquete de las bodas de Camacho.

Las tierras de Castilla-La Mancha son pródigas y generosas en productos agroalimentarios y ganaderos. Desde el aceite de oliva de los Montes de Toledo a las berenjenas de Almagro, pasando por los ajos morados de Las Pedroñeras, las cebollas de Recas, el cordero manchego, el mazapán de Toledo, el melón de la Mancha, las excelentes carnes de caza, el queso de oveja, sus renombradas legumbres, truchas del alto Tajo, verduras y hortalizas primorosamente cultivadas en las vegas de nuestros ríos o los diferentes vinos y licores que se elaboran en toda la región. Sin olvidar las cervezas artesanas tan de moda ahora.

Viñedos de La Mancha.



Duelos y quebrantos.



Cada año, el gobierno de Castilla-La Mancha destaca a los mejores alimentos en sus premios Gran Selección. Aprovecha estas distinciones para reconocer estas joyas gastronómicas, disfrutándolas con tu familia y amigos. Pero si de verdad quieres llevarte un sabroso recuerdo de estas tierras prueba los sugerentes platos que encontrarás en nuestros mesones, tabernas, bares y restaurantes.

El amor y dedicación con que los cocineros y cocineras de Castilla-La Mancha elaboran sus recetas no te defraudarán. Desde la más sencilla tapa a los sorprendentes menús que puedes degustar en alguno de los restaurantes reconocidos con las prestigiosas estrellas Michelin –El Bohío en Illescas, Tierra en El Torrico, Iván Cerdeño (Cigarral del Ángel) en Toledo, Las Rejas en Las Pedroñeras, Trivio en Cuenca, Maralba en Almansa, El Molino de Alcuneza y El Doncel en Sigüenza– ten la seguridad de que probarás una comida equilibrada, sana, nutritiva y sugerente. Ningún paladar, por exigente que sea, quedará defraudado.



Siéntate a la mesa y disfruta de platos tan propios como perdiz en escabeche, atascaburras –también llamado ajoarriero–, gazpacho manchego, tiznao, pisto, morteruelo, sopa de ajo, carcamusas, potajes, zarajos, chuletillas a la brasa, migas o asados. Y postres tan deliciosos como sopa de almendras, flores manchegas, melindres, miguelitos, bizcochá o alajú.

EL VIÑEDO DEL MUNDO

Aprovecha que Castilla-La Mancha es el mayor viñedo del mundo. Extensas superficies plantadas de viñas te acompañarán en tu recorrido por estas cinco provincias. Su cultivo está en constante evolución, modernizando sus técnicas para conseguir caldos acordes con las exigencias más actuales de los consumidores. La multitud de premios y reconocimientos recibidos por nuestros caldos avalan la gran dedicación de cuantos profesionales participan en el proceso vitivinicultor. Prueba los vinos de Castilla-La Mancha tan plenos de aromas como de elogios.

Los encontrarás para todos los gustos y precios. Desde los alegres, afrutados y ligeros jóvenes a los complejos y redondos gran reserva, pasando por atrevidos *coupages* y sorprendentes caldos ecológicos. Los tradicionales vinos airen, garnacha o cencibel, conviven hoy con los cabernet, merlot o syrah. La introducción de variedades mejorantes han dado nuevos aires a los vinos de Castilla-La Mancha, haciéndolos más universales. No dejes de probar los espumosos que poco a poco gana adeptos y nuevos mercados. Cada una de las diferentes Denominaciones de Origen que los acogen, u otras figuras reguladoras de producción, garantiza su calidad e invitan a degustarlos con un buen plato delante y mejor compañía.

El vino de Castilla-La Mancha no sólo se disfruta bebiéndolo, también te espera en sus bodegas para que visites sus viñedos, conozcas el silencio de sus salas de crianza, disfrutes de sus propiedades terapéuticas, participes en la recolección de sus racimos, te inicies en los secretos de la cata o sientas los inconfundibles aromas que se desprenden durante su fermentación o maceración. El enoturismo está de moda y Castilla-La Mancha es la región ideal para hacerlo. No pierdas la ocasión.



Las bodegas son lugares mágicos. En ellas, cada año, el mosto se transforma en deliciosos vinos. Algunos dicen que entre sus tinajas rondan espíritus que velan para que cada nuevo caldo sea mejor que el anterior. En cada pueblo encontrarás una bodega distinta, desde centenarias cuevas excavadas bajo el subsuelo a pintorescos caserones de construcción popular y altas chimeneas. No dudes en visitarlas y conocer la historia y cultura que atesoran sus lagares. La modernidad también ha llegado a estos santuarios del vino. Su diseño se ha transformado. Las nuevas bodegas se alzan hoy en mitad de sus viñedos, integrándose en el paisaje, apostando por la sostenibilidad medioambiental y abriendo sus instalaciones a atractivos usos hoteleros, hosteleros y de ocio. Su vanguardia arquitectónica compite en belleza con las rozizas hojas de las pámpanas en otoño.

Las Rutas del Vino de Castilla-La Mancha son una opción perfecta para disfrutar de manera intensa e inmersiva de todo aquellos que rodea al mundo del vino. A trevés de ellas podrás disfrutar de escapadas que te acercará a lugares únicos de nuestra región como La Mancha, la Ribera del Júcar, los campos de Montiel, las comarcas de Méntrida y La Manchuela, Valdepeñas, Almansa o Mondéjar. Allí podrás practicar rutas senderistas, cicloturistas o a caballo. También conocer el rico patrimonio artístico de nuestras tierras y disfrutar fiestas de exaltación gastronómica como las del Vino en Valdepeñas, de la Rosa del Azafrán en Consuegra o del Olivo en Mora.

SENSACIONES, SABORES, AROMAS...

En uno de los pasajes de *El Quijote*, el barbero relata al hidalgo lo acontecido en una casa de locos de Sevilla, poniendo en boca de uno de estos trastornados la siguiente afirmación: «todas nuestras locuras proceden de tener los estómagos vacíos y los cerebros llenos de aire». En tu recorrido por Castilla-La Mancha no te ocurrirá eso. Jamás dejarás esta región sin haber degustado una excelente comida y haberte saciado con un inolvidable cúmulo de sensaciones, sabores y aromas únicos. Tanto como de los bellos paisajes y lugares que conocerás viviendo esta singular aventura de turismo gastronómico y enológico. 🍷





EN UN LUGAR
DE TU VIDA

www.turismocastillalamancha.es



¡Muévete en transporte público!

Unión Europea

Fondo Europeo
de Desarrollo Regional
"Una manera de hacer Europa"



Castilla-La Mancha